

«СИЛА РУССКОГО ДУХА – БОГАТЫРИ»

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

АБЛИЗИНА М.А.



Богатыри земли русской

*Слава русской стороне!
Слава русской старине!
И про эту старину
Я рассказывать начну,
Чтобы дети знать могли
О делах родной земли.*



Доспехи и оружие русских воинов



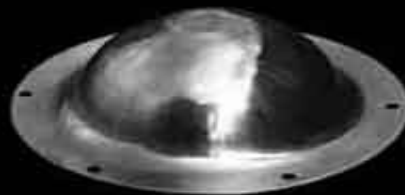
шлем



щиты



кольчуга



ШЛЕМ

ШЛЕМ ИЗГОТАВЛИВАЛИ ИЗ МЕТАЛЛИЧЕСКИХ ПЛАСТИН, ОН ИМЕЛ КОНУСОБРАЗНУЮ ФОРМУ. БЛАГОДАРЯ ТАКОЙ ФОРМЕ, ГОЛОВА БЫЛА МАКСИМАЛЬНО ЗАЩИЩЕНА ОТ УДАРОВ МЕЧА, ОН ПРОСТО С НЕЕ СОСКАЛЬЗЫВАЛ. ВНУТРИ ШЛЕМ ОБИВАЛСЯ КОЖЕЙ, ЧТО СМЯГЧАЛО УДАР.



КОЛЬЧУГА

- КОЛЬЧУГА ДОСПЕХ СПЛЕТЁННЫЙ ИЗ ЖЕЛЕЗНЫХ КОЛЕЦ.
- КОЛЬЧУГА СОСТАВЛЯЛАСЬ НЕ МЕНЕЕ ЧЕМ ИЗ ДВАДЦАТИ ТЫСЯЧ КОЛЕЦ.



БРАСЛЕТ

БРАСЛЕТ ИЗГОТАВЛИВАЛСЯ ИЗ МЕТАЛЛА.



РУКАВИЦЫ

**РУКАВИЦЫ БЫЛИ ТАК ЖЕ СДЕЛАНЫ ИЗ ПЛАСТИН ЖЕЛЕЗА И
КОЛЕЦ КАК НА КОЛЬЧУГЕ.
ВСЕ ЭТО КРЕПИЛАСЬ НА КОЖАНЫЕ ПЕРЧАТКИ, ТОЛЬКО НА
НАРУЖНУЮ ЧАСТЬ КИСТИ.**



**ВАЖНЫМ БЫЛО И ОРУЖИЕ БОГАТЫРЯ, КОТОРОЕ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ
БОГАТЫРЮ НЕ ТОЛЬКО ЗАЩИТУ, НО И ДАЕТ ВОЗМОЖНОСТЬ
АКТИВНО НАПАДАТЬ. СУЩЕСТВУЕТ НЕСКОЛЬКО ВИДОВ ОРУЖИЯ**



ЩИТ

**ЩИТЫ ИЗГОТАВЛИВАЛИСЬ ИЗ ДЕРЕВА И БЫЛИ ОЧЕНЬ ЛЕГКИМИ.
С ТАКИМ ЩИТОМ МОЖНО БЫЛО ЛЕГКО ДВИГАТЬСЯ В ПРОЦЕССЕ БИТВЫ, НО ЭТО СНИЖАЛО СТЕПЕНЬ
ЗАЩИТЫ.**

СО ВРЕМЕНЕМ ЩИТЫ НАЧАЛИ ИЗГОТАВЛИВАТЬ ИЗ ЖЕЛЕЗА.



ЛУК И СТРЕЛЫ

**САМОЕ ИЗВЕСТНОЕ ОРУЖИЕ ЭТО КОНЕЧНО ЛУК И СТРЕЛЫ.
ЛУК ИЗГОТАВЛИВАЛИ ИЗ РОГОВ ЖИВОТНЫХ ИЛИ ДЕРЕВА.
ЧАЩЕ ВСЕГО ДЛЯ ЭТОГО ИСПОЛЬЗОВАЛАСЬ БЕРЕЗА.
СТРЕЛЫ БЫЛИ ДЕРЕВЯННЫЕ, С НАКОНЕЧНИКАМИ ИЗ МЕТАЛЛА.
ХРАНИЛИ СТРЕЛЫ В КОЖАНОМ КОЛЧАНЕ.**



БУЛАВА

БУЛАВА ВЫГЛЯДИТ КАК ДЕРЕВЯННАЯ ДУБИНА, ОТ КОНЦА КОТОРОЙ ОТХОДИТ ЦЕПОЧКА НАХОДИТСЯ МЕТАЛЛИЧЕСКИЙ ШАР С ШИПАМИ.

ТАК ЖЕ ДЛЯ БОЯ С БЛИЗКОГО РАССТОЯНИЯ СЛУЖИЛА ПАЛИЦА. ПАЛИЦА ИЗГОТАВЛИВАЛАСЬ ИЗ ДЕРЕВА, БОЛЬШАЯ ДУБИНА, КОНЕЦ КОТОРОЙ ОБОРАЧИВАЛСЯ ПЛАСТИНОЙ ИЗ МЕТАЛА



палица



булава

МЕЧ

**МЕЧ ЯВЛЯЛСЯ ГЛАВНЫМ ОРУЖИЕМ БОГАТЫРЯ.
ЭТО КОЛЮЩЕЕ И РУБЯЩЕЕ ОРУЖИЕ В ВИДЕ ОСТРОГО
ПРЯМОГО КЛИНКА
С РУКОЯТКОЙ.**



Физкультминутка «Русские богатыри»

Дружно встали – раз, два, три-
Мы теперь богатыри.
Мы ладонь к глазам приставим,
Ноги крепче мы расставим.
Поворачиваясь вправо,
Оглядимся величаво.
И на лево надо тоже
Поглядеть из под ладошек.
И направо и еще через левое плеч
Буквой Л расставим ноги,
Точно в танце руки в боки.
Наклонились в лево, право
Получается на славу.



Спасибо за внимание

